Penelitian mengenai khasiat daun kelor telah dimulai sejak 1980, pada bagian daunnya, lalu kulit batang, buah dan bijinya.

Organisasi kesehatan dunia WHO menganjurkan bagi anak-anak dan bayi dalam masa pertumbuhan untuk mengkonsumsinya, karena manfaat dari kandungan daun kelor yang besar, yaitu mengandung:

Potasium tiga kali lipat dari pada pisang.

Kalsium empat kali lipat daripada susu.

Vitamin C tujuh kali lipat daripada jeruk.

Vitamin A empat kali lipat lebih banyak dari pada wortel.

Dua kali lipat protein dari pada susu.

Organisasi WHO yang menobatkan pohon kelor sebagai miracle tree, setelah menemukan manfaat penting daun kelor. https://jualbubukdaunkelor.seoteam.my.id/

Manfaat daun kelor

#1. Menjaga berat badan

Hal penting yang jangan dilupakan yaitu untuk menjaga tubuh agar tetap seimbang berat badannya. Studi yang dilakukan para ahli menemukan bahwa teh kelor membantu untuk menangani masalah pencernaan...

...yang manfaatnya untuk merangsang metabolisme tubuh agar optimal dalam membakar kalori.

Dilansir dari https://jualbubukdaunkelor.seoteam.my.id , teh yang dibuat dari daun kelor mengandung polyphenol yang tinggi, yang bekerja sebagai antioksidan. Manfaat antioksidan untuk mendetoksifikasi racun di dalam tubuh, dan memperkuat sistem kekebalan tubuh.

#2. Menghilangkan flek wajah

Ramuan sederhananya, ambil beberapa daun kelor yang masih muda, tumbuk hingga sangat halus, lalu gunakan sebagai bedak (atau juga bisa dicampur dengan bedak).

Menurut https://jualbubukdaunkelor.seoteam.my.id/ , bahwa di beberapa negara ekstrak kelor sudah digunakan sebagai bahan baku pembuatan kosmetik untuk kulit. Bagian tanaman kelor yang banyak digunakan untuk kulit yaitu pada bagian kulit batang, daun, bunga dan biji.

Daun kelor mengandung nutrisi seperti kalsium dan mineral seperti tembaga, besi, seng (zinc), magnesium, silika dan mangan. Daun kelor juga bisa menjadi pelembab alami, memiliki kegunaan untuk mengangkat sel kulit mati dan membersihkan kulit.

Pada daun kelor, terdapat lebih dari 30 zat antioksidan yang bermanfaat untuk kesehatan kulit. Daun kelor kaya akan mineral dan asam amino yang bisa membantu produksi kolagen dan protein keratin, yang penting bagi kesehatan seluruh jaringan kulit di tubuh.

Terdapat beberapa merek terkenal produk kosmetika yang menggunakan minyak kelor sebagai bahan baku produknya. Terutama produk perawatan kulit seperti krim antiaging, krim antikerut, minyak aromaterapi, facialfoam, lotion, krim pencerah dan deodoran.

Manfaat tanaman kelor ini sangat diperlukan untuk kesehatan dan keindahan kulit, dimulai dari daun kelor, minyak kelor hingga bunga Kelor.

Bunga kelor sering digunakan sebagai bahan baku kosmetik dan parfum, cologne, minyak rambut, dan minyak aromaterapi. Bunga kelor mengandung asam oleat tinggi, sangat baik disuling menjadi minyak. Minyak bunga kelor dapat diandalkan untuk menyerap dan mempertahankan aroma.

#3. Memanfaatkan daun kelor untuk kecantikan

Hal ini bisa menjadi alternatif perawatan kecantikan alami. Selain menggunakan minyak atsirinya dan bubuk kelor yang dijual di pasaran, Anda bisa memanfaatkan daunnya secara langsung.

Caranya, pertama-tama buatlah pasta daun kelor. Pilih daun kelor yang masih hijau dan segar, pisahkan dari rantingnya.

Haluskan daun kelor dengan ditambahkan sedikit air saja (agar daun kelor menjadi bentuk pasta).

Kemudian dijadikan ramuan tersebut sebagai masker, pasta daun kelor tersebut bisa disimpan selama 3 hari di dalam lemari es. (https://jualbubukdaunkelor.seoteam.my.id/)

#4. Daun kelor cukupi gizi ibu menyusui dan anak

Dilansir dari https://jualbubukdaunkelor.seoteam.my.id/ , Dosen Fakultas Farmasi UGM Yogyakarta, Yosi Bayu Murti menjelaskan bahwa pengembangan manfaat tanaman kelor di Indonesia terbilang terlambat dibanding luar negeri.

Namun, masih ada kesempatan mengembangkannya untuk pangsa pasar dalam negeri, sebelum nantinya diambil alih produsen luar negeri.

Yosi melihat potensi besar untuk mengembangkan pasar dari manfaat tanaman kelor dalam perbaikan gizi pada ibu menyusui dan anak.

"Daun kelor mengandung protein, zat besi, dan Vitamin C. Selain itu ada ada juga unsur flavonoid yang manfaatnya membantu ibu menyusui menghasilkan ASI lebih banyak. Kandungan protein membuat ASI berkualitas," kata Yosi di di Jakarta (12/8/2015).

Kandungan zat besi tinggi, yang 25 kali lebih tinggi dibanding bayam, disarankan dikonsumsi ibu usai melahirkan, dimana wanita menstruasi umumnya kehilangan banyak zat besi.

Untuk anak-anak, dapat dikonsumsi sejak sang bayi, yaitu bayi di atas enam bulan.

Namun, Yosi mengingatkan bahwa ibu hamil perlu menghindari konsumsi daun kelor saat hamil, terutama trisemester pertama.

#5. Menyehatkan mata

Daun kelor memiliki kandungan tinggi vitamin A yang sangat baik untuk mata. Konsumsi daun kelor bermanfaat agar organ mata selalu dalam keadaan sehat dan jernih.

Daun kelor dapat dimanfaatnya dalam menyembuhkan penyakit mata, bisa dengan dimakan secara langsung (setelah daun dibersihkan).

Menurut Tati Winarto, seseorang pakar herbal dari Yayasan Pengembangan Tanaman Obat Karyasari, menjelaskan bahwa daun kelor mempunyai banyak kandungan gizi, salah satunya vitamin A dan kalsium.

“Kandungan vitamin A dalam daun kelor bermanfaat untuk melindungi kesehatan mata, baik itu dari mulai kurangi resiko mata plus, minus, silinder dan katarak. Daun kelor juga baik apabila dikonsumsi oleh pasien diabetes dan bermanfaat menjernihkan pandangan matanya,” kata Tati Winarto. https://jualbubukdaunkelor.seoteam.my.id/

#6. Antioksidan dan senyawa anti-inflamasi

Menurut sebuah laporan yang diterbitkan di Asia Pacific Journal of Cancer Prevention, daun kelor mengandung campuran asam amino esensial, fitonutrien karotenoid, antioksidan seperti quercetin, dan senyawa antibakteri alami yang memiliki fungsi seperti obat anti-inflamasi.

Daun kelor memiliki beberapa senyawa anti-penuaan yang mampu menurunkan efek stres oksidatif dan peradangan. Manfaat semakin optimal dengan adanya senyawa polifenol, vitamin C, beta-karoten, quercetin, dan asam klorogenat...

...senyawa tersebut terkait dengan penurunan risiko untuk penyakit kronis, seperti perut, paru-paru, kanker usus besar, diabetes, hipertensi, dan penyakit mata akibat faktor usia. (draxe.com)

#7. Menjaga kesehatan ginjal

Tati Winarto menjelaskan bahwa konsumsi makanan sehat otomatis membantu ginjal bekerja dengan optimal (fungsinya), sebaliknya makanan tak sehat (salah satunya makanan tinggi lemak) akan menumpuk di ginjal...

....mengakibatkan timbulnya masalahan kesehatan. Konsumsi daun kelor, otomatis membantu mengembalikan kesehatan ginjal yang sudah dalam kondisi tak baik.

#8. Memperlambat efek penuaan

Sebuah studi di tahun 2014 yang diterbitkan dalam Journal of Ilmu dan Teknologi Pangan untuk menguji manfaat kelor. Mengetahui tentang kadar enzim antioksidan yang berharga, peneliti ingin menyelidiki apakah daun kelor bisa membantu memperlambat efek penuaan, dengna memanfaatkan antioksidan herbal alami, yang mampu menyeimbangkan hormon secara alami.

Studi dengan melibatkan sembilan puluh wanita menopause antara usia 45-60 tahun dibagi menjadi tiga kelompok, yang diberikan berbagai tingkat suplemen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa suplementasi

dengan kelor dan bayam menyebabkan peningkatan yang signifikan senyawa antioksidan, yang berperan penting dalam memperlambat efek penuaan. (draxe.com)

#9. Mengobati rematik

Daun kelor dapat dimanfaatkan untuk mengobati rematik. Penggunaan daun kelor dalam pengobatan rematik untuk mengurangi rasa sakit pada sendi dan mengurangi penumpukan asam urat pada sendi, yang sangat penting dalam mengatasi masalah rematik atau asam urat. Manfaat daun kelor ini bisa dimanfaatkan untuk rematik, pegal linu, nyeri, dsb.